

肩こりは肺がんの始まり？

人類が直立歩行するようになったために、3つの疾患が人間の宿命になった、と言われています。3つの疾患とは、つまり、肩こり・腰痛・痔のことです。この説が正しいかどうかは別として、現代では肩こりは非常にありふれた不愉快な疾患です。しかし、肩こりには重大な病気が隠されている場合があります、注意が必要です。

よく肩こりと言いますが、正確には肩ではありません。医学的には肩とは肩関節のことを言います。なで肩やいかり肩という表現があるように、一般的には首の付け根から肩関節までを肩と言っている場合が多いようですが、解剖学的には、肩甲骨の周辺であるため、この部分を肩甲帯と言います。肩こりは、この肩甲帯の筋肉疲労によって生じる痛みなのです。なぜ、筋肉の疲労が起こるかということ、重い頭を細い首が支えているために、首の周辺の筋肉に大きな負担がかかっているからです。ましてや、縫い物、読書、コンピューター操作といったことを長時間首を前に傾けて行なっていると、頭を支えている首の周辺の筋肉にさらに大きな負担が加わり、疲労が起こるのです。筋肉に疲労が起こると、筋肉にコリが生じて筋肉内の血管が圧迫され、血の流れが悪くなり、酸素の供給が少なくなるために筋肉内の疲労物質が分解されません。このため、さらにコリがひどくなり、悪循環が起こります。暖めたりマッサージを行って、血の流れを改善してこの悪循環を絶つことで楽になります。これらが一般的な肩こりです。

では、肩こりに隠された恐ろしい病気とは何でしょうか。首のリンパ節が細菌の感染やがんの転移などで腫れると、反射的にその周辺の筋肉の緊張が生じて、肩こりと同じ症状が出ます。また、肺がんが首の付け根の深部から皮下に向かって成長している場合があります、この時も肩こりと同じ症状が出ます。頑固な肩こりがある場合には、整形外科で診察を受けられることをお勧めします。

平成13年3月
西川 正治